



おいしく・健康的に 食べよう
Kitchen Smile
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



お肉惣菜「希少糖入 骨付きが旨い! 手羽元」を使用した 手羽元の炊き込みご飯



一人あたりのエネルギー 355kcal	食塩相当量 1.5g	調理時間 約5分 <small>※炊飯時間は除く</small>
-------------------------------	----------------------	---

この表示値は目安です

■材料 (4人分)

お肉惣菜 希少糖入 骨付きが旨い! 手羽元 1パック
米 2合
A [めんつゆ(2倍濃縮) 大さじ3
おろししょうが 小さじ1
きざみねぎ 適量

■作り方

- 炊飯釜に米、Aを入れ、水(分量外)を2合の目盛りまで入れる
- ①に「希少糖入 骨付きが旨い! 手羽元」を乗せ、炊飯する
- 炊きあがったら手羽元の身をほぐし、全体を混ぜる
- ③を器に盛り、きざみねぎを散らす



おろしにんにく(小さじ1)を加えるのもおすすめです

cooking memo